随着人们消费水平的提高，对信用卡的需求也是越来越强烈，每个人几乎都是手里好几张信用卡，不小心忘记还信用卡就会产生逾期，信用卡逾期一次严重吗？信用卡逾期怎么消除不良记录呢？

信用卡逾期一次严重吗？

如果你的信用卡之前一直都有保持良好的用卡还款记录的话，那么逾期一次的影响应该是不严重的。

但若是你这一次的逾期有很长时间都没还的话，那么影响就还是会相当严重的。而若只是逾期1、2天的话，那么及时还清了就行，不会有什么影响。

信用卡不小心逾期一次，只要挽救及时是不会有不良影响的，如果在信用卡还款宽限期，那么，完全没事，超过还款宽限期，逾期会产生罚息，需要持卡人承担，会不会影响征信就看你逾期时间了。

信用卡逾期怎么消除不良记录？

1.找银行帮删除逾期记录

银行通常一个月把客户信用卡、贷款还款等记录向人行征信上传一次，所以在银行还没有把信用卡逾期记录上传到人行之前，还是有机会删除的。

如果因为忘记或者其他原因逾期了两三天才还款，可以立即联系银行信用卡中心客服，详细说明逾期还款的情况，保证以后按时还款。银行通常会通情达理，帮助删除逾期记录。不过，前提是之前信用良好，逾期时间不长。如果之前已经有了不少逾期记录，那就别再有这方面的奢望了。

2.找银行开非恶意逾期证明

如果逾期已经有了一段时间，联系银行客服时逾期记录已经被上传到人行征信系统了，仍然可以和银行好好沟通。拿出诚恳的态度和银行需要的证明材料，让银行相信自己不是故意逾期的，银行便能开出“非恶意逾期证明”。

我们之所以害怕逾期记录，就是因为有逾期以后贷款会受到影响。贷款时如果银行以征信不好拒绝，拿出“非恶意逾期证明”便能获得贷款通行证，和实际消除了逾期记录没太大区别。

3.还款等待逾期消除

如果运气真的很差，连银行“非恶意逾期证明”也拿不到，那只能老老实实按时还款，等逾期记录自己消除了。 信用卡逾期之后，按时还款，保持良好的信用记录，5年之后逾期记录便会自动消失。不过，银行、金融机构等贷款一般只会参考最近两年的征信记录，也就说逾期之后，按时还款两年，再贷款也不会受到太大影响。

一般言，在银行内部消除相对较易。态度好点，主动说明原因并采取补救措施，银行通常也会帮助客户消除不良信用记录。一旦过了一段时间（比如有些信用卡逾期90天），负面纪录被更新至央行数据库，则极难消除。当然，对于后者，也并非完全无法消除，只是需要你强有力地证明商业银行过错。

信用卡不小心逾期一次怎么办？

如果你信用卡不小心逾期一次，一定要马上做以下两件事：

1、还清欠款

知晓逾期的第一时间，全额还清欠款（逾期本金+罚息），不能分期也不能以最低还款额还款。

2、主动联系银行

还清欠款后，主动拨打发卡银行客服电话，说明自己是不小心逾期，并非恶意，如果银行没有上传逾期记录，一般没事；如果逾期记录已经上传，可以找银行开个“非恶意逾期证明”，或许对你以后有帮助。

以上就是信用卡逾期一次严重吗、信用卡逾期怎么消除不良记录的相关信息，希望对您有所帮助。